

مشاوره روانشناختی

برای قربانیان خشونت‌های راستافراطی،
نژادپرستانه و ضدیهودی

- آیا شما مورد توهین، تهدید یا حمله نژادپرستانه قرار گرفته‌اید؟
 - آیا توسط عاملان خشونت راستافراطی تهدید یا مورد حمله قرار گرفته‌اید؟
 - آیا خشونت یا تهدید ضدیهودی را تجربه کرده‌اید؟
 - آیا شاهد یک حمله نژادپرستانه، راستافراطی یا ضدیهودی بوده‌اید؟
 - آیا از بستگان، شریک زندگی یا آشنای فردی هستید که چنین حملهای را تجربه کرده است؟
 - آیا دچار ترس شدید، مشکلات خواب، کابوسها، بیاعتمادی نسبت به دیگران یا یادآوریهای مکرر آن حمله هستید؟
 - آیا در برلین یا آلمان دیگر احساس امنیت یا خوشآمدگویی نمیکنید و نگران حمله مجدد هستید؟
- اینها همه پیامدهای روانی ممکن یک تجربه خشونت راستافراطی و/یا نژادپرستانه هستند
- ما به شما کمک روانشناختی تخصصی و پشتیبانی در پردازش تجربه خشونت ارائه میدهیم.
 - ما به شما گوش میدهیم و اطلاعات میدهیم.
 - شما لازم نیست چیزی همراه داشته باشید.
 - لازم نیست نامتان را بگویید.
 - لازم نیست شکایتی ثبت کنید.

حتی اگر تجربه خشونت شما سالها پیش رخ داده باشد و امروز از پیامدهای روانی آن رنج میبرید، همچنان میتوانید از ما مشاوره و حمایت دریافت کنید

ما ارائه میدهم:

- مشاوره شخصی برای افراد آسیب‌دیده، شاهدان و بستگان
- مشاوره تروما، درمان و مداخله در بحران (انفرادی، گروهی و همچنین تلفنی)
- کمک به بازسازی احساس امنیت، اعتمادبهنفس و توانمندی فردی
- اطلاع‌رسانی درباره علائم احتمالی پس از تروما، راهکارهای مقابله و خدمات حمایتی دیگر
- پشتیبانی روانی و همراهی در جلسات دادگاه
- غربالگری تشخیصی و تهیه گزارش‌های روانشناختی
- ارجاع به پزشکان متخصص، روان‌درمانگران، مراکز بهداشت و مراکز تخصصی مشاوره قربانیان
- مراقبت طولانی مدت
- همراهی و حمایت در فرآیند سوگواری ناشی از خشونت راستافراطی یا نژادپرستانه منجر به مرگ

شما مشاوره و درمان دریافت میکنید

- در صورت تمایل، به صورت ناشناس
- رایگان
- مستقل از ادارات دولتی و بیمه‌های درمانی
- به تمام زبانها (در صورت نیاز همراه با مترجم)

 **OPRA**
Psychologische Beratung
Für Opfer rechtsextremer,
rassistischer & antisemitischer Gewalt

اوپرا مشاوره روان‌شناختی
برای قربانیان خشونت‌های راستافراطی،
نژادپرستانه و ضدیهودی

Heinrich-Heine-Str. 15, Annenhöfe,
10179 Berlin // Aufzug vorhanden

Tel: 030 92218241 (Anrufbeantworter)

E-Mail: info@opra-gewalt.de

www.opra-gewalt.de

Ein Projekt von ARIBA e.V